

Íðèïòùåñàÿ òðåñêà à ôîëüåå

Ýòò ñiiññá iðèäòâæåíèÿ, êiääà ðûáà áiòîâèòñÿ íà iàðó à óiàéîâéå èç ôîëüåè, íáññå ÷èâååò áûäåéåíèå èç òðåñêè ñîêà, êiòîðûé ñiåøèååðñÿ ñ ãðèåìè ðøèòåéå, éöéîì è ñàéå, á ðåçóëüòàòå ÷åñí iñéó÷àåòñÿ íåíáûéñååíí ãéóñíûé ñîón. ÈÍÃÐÅÄÈÅÍÒÛ 2 êðóïíûô ðèéå òðåñêè (íáùèì ååññí iðèìåðíí 600 á) 50 á (4 ñòîëîâûå eíæéè) ñëèâî÷íí ìàñëà èëè ìàðåàðèíà, ðàçìÿ ÷èòü 1 áiëüøàÿ íåæåó÷àÿ ëóéîâèòå, íàðåçàòü ðiíéèìè êiëå÷éàìè 1 çåéåíûé ïåðåö, óäàëèòü ñàìåíà è íåðåçàòü eíòèéàìè 4 ãðèåà ðøèòåéå, óäàëèòü ñiæéè, ïðåçàòü eíòðèéàìè 30 íë (2 ñòîëîâûå eíæéè) ñàéå èëè ñóõíåå áåéíåå àéíà 1 èëííí, ðàçðåçàòü íà áiëüéè 20 íë (4 ÷àéíûå eíæéè) ñiååíåå ñîónà ñiëü è áåéüé ïåðåö Áûõïä iñðöèé: 4 ÍÐÈÃÎÔÎÄÈÅÍÈÅ 1. Ðàçðåæüòå êåæäåå ôèéå òðåñêè iññíèì è iññüüòå ñiëüþ è áåéüù ïåðòåì. Íòðåæüòå ÷åðûðå éóñêà ôiëüåè aíñðòàòî÷íí ðàçìåðà, ÷òíåû çàååðíòü iñ íåííé iñðöèé òðåñêè. 2. Ðàñiðåäåéèòå iñ 5 íë (1 ÷àéííé eíæéå) ñëèâî÷íí ìàñëà èëè ìàðåàðèíà íà êåæäåì eëñòå ôiëüåè è óeíæèòå ñååðòó òðåñêó, ðàçäåéèå ëóé, íåðåö è ãðèåû ðøèòåéå iñðîáíò íåæåó iñðöèÿìè. 3. Íñëåéòå êåæäóþ iñðöèþ 10 íë (2 ÷àéíûìè eíæéàìè) ñëèâî÷íí ìàñëà è ñáðûçíèòå 5 íë (1 ÷àéííé eíæéíé) ñàéå èëè àéíà. Ååðìåòè÷íí çåéðîéòå óiàéíâéè èç ôiëüåè, ÷òíåû íå iñíå áûõíåèòü íàð. 4. Óeíæèòå óiàéíâéè iñ äåå íà ñêíåðíäû èëè çaiåéåéòå òðåñêó à äåå íàðòèé. Íñòíðíæíí åéåéòå áiäó — íå èåéòå iñååðòó ôiëüåè. Åiååéèòå ái êëíäíèÿ, iëíòíí íåéðîéòå, óåàåüòå íåñíü è áàðèòå íà ñëàáíí íåíå 10 íëíóò. Íðè íåíáðíæíñòè iñäéèååéòå áiäó. 5. Áûëíæèòå óiàéíâéè íà ðàðåéè è ñðàçó iñäåååéòå íà ñòíë, óéðàñèå eëíñíûìè åiëüéàìè. Íñëåéòå ñiååðæèíå åéåéäé óiàéíâéè 5 íë (1 ÷àéííé eíæéîé) ñiååíåå ñîónà íåiññðåäñòååíí íåðåä ðåì, êåé åñòü ðûáó.

Ýòà ñòàòüÿ ðàññíæåíà íà

Fushigi Nippon - Çåäàäí÷íàÿ ßiñíèÿ:

<http://leit.ru>

URL ýòîé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=15>